

SELF CONTROL DALAM GAME ONLINE
STUDI DESKRIPTIF KUALITATIF *SELF CONTROL* GAMER PUBG
MOBILE (PLAYER UNKNOW'S BATTLE GROUNDS)
REMAJA SMA KOTA SURAKARTA



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi dan Informatika**

Oleh:

MAHENDRA MUHAMAD RAMADHAN
L100140152

PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS KOMUNIKASI DAN INFORMATIKA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

Self Control dalam Game Online

Studi Deskriptif Kualitatif *Self Control* Gamer *PUBG Mobile* (*Player Unknow's Battle Grounds*) Remaja SMA Kota Surakarta

PUBLIKASI ILMIAH

oleh:



Mahendra Muhamad Ramadhan

L 100 140 152

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen Pembimbing



Yudha Wirawanda, M.A

NIK. 1747

HALAMAN PENGESAHAN

Self Control dalam Game Online

Studi Deskriptif Kualitatif Self Control Gamer PUBG Mobile (Player Unknown's Battle Grounds) Remaja SMA Kota Surakarta

OLEH

Mahendra Muhamad Ramadhan

L 100 140 152

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Komunikasi dan Informatika
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Jumat 07-02-2020
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dewan Penguji:

- 1. Yudha Wirawanda, M.A**
(Ketua Dewan Penguji)
- 2. Yanti Haryanti, M.A**
(Anggota I Dewan Penguji)
- 3. Sidiq Setyawan, M.LKom**
(Anggota II Dewan Penguji)

(.....)
(.....)
(.....)

Dekan,



Nurgiyatna, Ph.D

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 23 Januari 2020

Penulis



Mahendra Muhamad Ramadhan

L 100 140 152

**SELF CONTROL DALAM GAME ONLINE
STUDI DESKRIPTIF KUALITATIF SELF CONTROL GAMER PUBG
MOBILE (PLAYER UNKNOWN'S BATTLE GROUNDS)
REMAJA SMA KOTA SURAKARTA**

Abstrak

Self Control adalah kemampuan seseorang untuk membimbing tingkahnya sendiri. kesanggupan seseorang untuk menahan nafsu, keinginan, dan dorongan sesaat untuk menyenangkan diri dan itu bertentangan dengan tingkah laku dan norma sosial di masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan *self control* dalam *game online gamer PUBG* yang dilakukan remaja SMA Surakarta. Sumber data yang digunakan adalah wawancara bersama informan. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara secara mendalam. Teknik uji validitas yang digunakan adalah triangulasi sumber data. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan metode deskriptif kualitatif. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa informan bisa melakukan *self control* karena adanya faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi.

Kata kunci: *game online, self control, PUBG Mobile*

Abstract

Self Control is a person's ability to guide his or her own behavior. One's ability to withstand lust, craving, and a momentary urge to please themselves and that is contrary to societal behaviour and norms in society. The purpose of this research is to describe self control in the online game of PUBG gamers that are performed by teenage high school Surakarta. The data source used is the interview of the informant. Sampling techniques are purposive sampling. The data collection techniques used are interviews in-depth. The validity test technique used is the triangulation of the data source. The research method used is qualitative with qualitative descriptive methods. Based on the results of this study can be concluded that the informant can conduct self control due to the internal and external factors affecting.

Keywords: *game online, self control, PUBG mobile*

1. PENDAHULUAN

Internet merupakan media baru yang memberikan akses para pemakainya untuk mem-filter informasi yang sesuai bagi pengguna itu, bagaimana mengendalikan jenis informasi secara interaktif. Media baru memberikan akses pengguna dalam memperluas jaringan komunikasi, berselancar dalam ruang tanpa batas, dan menunjukkan sisi identitas yang lain dari dunia nyata. (Flew, 2002).

Salah satu produk teknologi yang disukai di kalangan anak-anak, remaja, dan dewasa saat ini adalah *Game online*. Kehadiran *game online* sebagai salah satu produk teknologi yang memberikan kepuasan kepada pengguna dalam segi hiburan melalui permainan. *Game online* ialah permainan yang memakai koneksi internet, terdapat komunikasi satu orang dengan orang lainnya yang bertujuan untuk menyelesaikan sebuah tujuan dalam permainan tersebut, berupa misi, nilai tinggi, naik pangkat, atau naik ke tahap yang lebih tinggi dari sebelumnya, bisa dikatakan *game online* adalah permainan dengan media komputer ataupun *smartphone* yang dimainkan oleh banyak pengguna secara bersamaan dengan bantuan jaringan internet (Young dalam Drajat, 2017).

Game online PUBG Mobile adalah sebuah game developer dari “Tencent Game, BS, and PUBG Corporation” yang dirilis pada 23 Maret 2017 pada platform iOS, Android. *Game* ini memiliki genre *Battle Royal Survival* yang didesain untuk pengguna *smartphone*. *Game* ini berhasil mencapai 400 juta pemain. Cara bermain *game* ini melibatkan 100 pemain acak dari server dunia, yang memiliki tujuan untuk bertahan hidup dengan mencari senjata dan persediaannya, ketika dalam perjalanan zona yang semakin menyempit dan bertemu dengan pemain lain, disitulah terjadi baku tembak, dimana siapa yang bisa membunuh pemain dan bertahan hingga akhir permainan, dialah yang mendapatkan gelar “*Chicken Dinner*” (sebutan untuk pemenang permainan).

Adanya sistem *ranking* dalam PUBG dibagi menjadi beberapa tingkatan. Berikut urutan tingkatan *rank* dalam permainan dari PUBG mulai dari level terendah hingga tertinggi yang dikutip dari pubgmobile.giztech.id: dimulai dari *ranking* para pemain baru yang baru saja membuat akun masuk dalam *Bronze* terdiri dari tahap 5, 4, 3, 2 dan akhir dari *ranking* ini adalah *Bronze 1*, setelah melewatinya akan naik ke *Silver* yang memiliki tahapan sama seperti *ranking* sebelumnya. Masuk tahap *ranking* yang berisikan pemain cukup handal berada dalam *ranking* Gold, Platinum, Diamond, dan Crown. Berlanjut pada *ranking* yang berisikan pemain-pemain yang sudah memainkan *game* PUBG ini sangat lama, yaitu *ranking* Ace yang hanya memiliki 1 tahap, dan pemain ahli, *professional gamer* adalah *ranking* Conqueror. Tinggi pangkat yang dimiliki dalam *game* PUBG ini membuat pemainnya memiliki sebuah kebanggaan.

Semakin kecil angka dari masing-masing level, semakin tinggi *ranking* yang didapatkan oleh pemain. Tingkatan-tingkatan dalam setiap level ini tidak dimiliki oleh dua *ranking* teratas, yaitu *Ace* dan *Conqueror*. Semakin tinggi *ranking* pemain, akan semakin sulit pula permainan yang dihadapi mereka. Para pemain akan diklasifikasikan berdasarkan *rank* mereka agar permainan berjalan seimbang.

Pengadaan sistem *ranking* ini membuat pemain selalu ingin meraih peringkat di atasnya yang pada akhirnya akan mendapatkan hadiah yang bisa di *claim* apabila berhasil meraih tahapan-tahapan *ranking* tersebut. namun dibalik *gameplay* tersebut yang mengharuskan pemain untuk bertahan hidup dan saling membunuh terdapat pembahasan berkaitan dengan *Moral Disengagement*.

Moral Disengagement (Hartman, 2017) memaparkan dalam sebuah permainan video game, individu beranggapan pelanggaran moral adalah sebuah hal yang dibenarkan. Sehingga moral disengagement dapat dinyatakan sebagai keterlepasan pelanggaran moral seseorang didunia nyata yang diluapkan dalam permainan *game online* sehingga pemain punya kebebasan dalam melakukan apa saja tindakannya tanpa ragu melanggar moral. Teknik moral disengagement sering tertanam dalam permainan yang bertemakan peperangan dan pelatihan militer salah satunya adalah *game PUBG Mobile*, sehingga pemain yang memainkan permainan jenis tersebut dapat secara efektif melepaskan pengguna secara moral untuk melakukan kekerasan yang terlihat nyata.

Popularitas *PUBG mobile* masih ramai karena adanya sifat kekerasan, dimana pemain bisa melakukan interaksi langsung dalam *game*, konten militer, kekerasan, senjata juga menjadi daya tarik dalam memainkan *game* ini. Jenis *Game* ini dapat memberikan sebuah perasaan nyaman bagi pemain sehingga mereka ingin bermain lagi, walaupun kenyamanan ini hanya ada dalam dunia virtual. Rasa nyaman yang tercipta tadi membuat pemain enggan untuk keluar dari dunia *game online* karena merasa obsesi yang berlebihan telah terbentuk sehingga pemain tersebut menjadi pribadi yang telah kecanduan akan *game online* yang berakibat adanya lepas kontrol diri (*loss of control*), terganggu untuk menentukan pilihan (*disorder of choice*), dan melupakan keharusannya lainnya (Kirana, 2015).

Dalam penelitiannya, Feridias pada tahun 2002 menyampaikan fenomena *game* PUBG sudah dianggap sebagai gaya hidup mahasiswa Bandung karena memberikan kepuasan sekaligus mengisi waktu luang, dalam komunitas *game* PUBG salah satu daerah di Bandung, berisikan banyak mahasiswa dan anak sekolahan, di mana para anggotanya sepakat bahwa *game* ini memiliki efek baik yaitu melatih otak untuk membuat rencana menang, menghilangkan penat, atau bahkan untuk menghasilkan uang. Di sisi lain anggota komunitas ini juga sadar bahwa *game* ini memberikan efek buruk pada kesehatan, psikologis seseorang misal kemalasan yang menimbulkan penurunan nilai akademik, lalu adanya ambisius terhadap setiap pertandingan, jika tidak adanya kontrol diri maka terjadi candu yang mengakibatkan lupa waktu dan pengulangan rutinitas bermain *game*, sehingga menutup diri dari lingkungan luar.

Dari pendahuluan yang sudah saya jabarkan secara singkat, maka bentuk masalah yang diangkat peneliti yaitu “bagaimana bentuk *Self Control* dalam *Game online* PUBG *Mobile* pada remaja SMA Kota Surakarta rentan usia 15-17 tahun”. Dalam penelitian ini, peneliti hendak mendeskripsikan bentuk *self control* yang dilakukan para pelajar tersebut.

Alasan peneliti memilih remaja SMA Kota Surakarta rentan usia 15-17 tahun karena, pada masa ini, remaja (antara 12-20 tahun) kinerja sistem otak memproses informasi dengan cepat, sehingga pada tahap ini otak manusia sangat rentan untuk suka atau tidak menyukai sesuatu (Yessy, 2015). Otak mereka juga didominasi oleh daerah kesenangan dan letupan emosional. Otak manusia memiliki sistem kebahagiaan yang dinamai *dopamine*. Ketika manusia mendapatkan kesenangan, otak akan menghasilkan *dopamine*, yang akan memberikan rasa senang, bahagia, dan nyaman. Bila produksi *dopamine* berlebihan, otak akan selalu menagih, apabila keinginannya tidak bisa tercapai akan mengeluarkan emosi yang bersifat negatif dan temperamental meliputi mudah tersinggung, marah, sedih, dan murung (Faturochman, 2016). Penjelasan ini membuat peneliti berpikir remaja sangat rawan akan kecanduan yang membuat senang terutama *game*, maka pentingnya ini untuk diteliti agar bisa menyebarkan bentuk kontrol diri yang baik kepada pemain *game* agar bisa mengurangi atau bahkan menghentikan kecanduan dari *game online* *PUBG mobile*.

1.1 *Game Online*

Penjabaran singkat tentang *Game online* atau bisa disebut *internet gaming* sudah menjadi fenomena permainan yang begitu terkenal sejak awal tahun 2012. Terdapat banyak orang yang disuatu daerah memainkan *game* yang serupa dan bisa terhubung interaksi dengan adanya bantuan internet (Kuss, 2013). Adapun perbedaan *game* biasa dengan *game* bersifat *online*, *game* jenis biasa hanya bisa dimainkan satu ataupun paling banyak 2 pemain saja yang berada dalam 1 konsol *game*. Sementara *Game online* bisa memberikan koneksi antara individu satu dengan individu lainya tanpa perlu memikirkan batas konsol, ruang, jarak, asalkan ada jaringan internet yang mendukung (Winn dan Fisher 2004). Bila didasari dari jabaran di atas, bisa dikatakan *game online* adalah gabungan antara *game* dengan internet yang membuat terjadinya banyak jenis pola komunikasi dan interaksi dua arah antar sesama pemain *game* dengan kepentingan dan kebutuhan tertentu yang berada dalam server yang sejenis dan satu judul *game* yang sama.

Game online dibagi menjadi dua jenis, yaitu *Massively Multiplayer Online Game* (MMOs), di mana jenis ini memberi fasilitas pemain *game online* untuk bermain bersama yang berdasarkan pada perlunya perhatian saat *game* berlangsung dan bersifat kompetisi, kemudian ada jenis *Massively Mulltiplayer Online Role-Playing Game* (MMORPGs) yang menjadi primadona pemain *game online* baru-baru ini karena membuat pemainnya untuk melakukan tindakan apapun sesuai dengan keinginan nya atau bisa disebut *Open World* (Kuss, 2013), dan juga MMORPGs bisa bersifat anonimitas sehingga memberikan kesempatan untuk pemainnya untuk membuat jenis kehidupan virtualnya di internet.

Game online sudah menjadi fenomena dan sudah menjadi Identitas Sosial bagi para pemainnya, identifikasi dalam suatu kelompok pecinta *game online* adalah penjelasan diri terhadap sesuatu dari luar yang membagi identitasnya. Identitas Sosial yaitu bagaimana dalam hubungan terhadap orang lain, seseorang punya cara untuk mendefinisikan dirinya sendiri secara sosial, dan melakukan sebuah hasil untuk kelompok tersebut untuk meningkatkan perasaan memiliki serta kebanggan kelompoknya. Kelompok yang didalam nya ada individu yang mengatakan dirinya sebagai *Gamer* juga mengakui identitas pribadi yang terikat

dengan identitas kelompok *Gamer* tersebut, yang terdiri dari apa prioritasnya, apa minat pribadinya dalam kelompok, dan karakteristiknya (Hall dalam Jan, 2015).

Para pemain *game* yang berkumpul dan membuat satu kesatuan di mana terjadi pertukaran pesan dan tujuan hingga akhirnya bisa disebut kelompok kecil, dan kelompok kecil ini berjumlah banyak hingga bisa disebut masyarakat cyber atau biasa dipanggil warga net maupun netizen. Teknologi menjadi alat untuk berinteraksi di dalamnya, wujud komunikasinya berbeda dengan masyarakat dunia nyata, terdapat perubahan bentuk komunikasi didalamnya yang tidak dapat dipisahkan dari perkembangan teknologi komunikasi dan informasi. Masyarakat *Cyber* bergantung pada simbol-simbol untuk penyampaian pesannya, maka banyak kasus ditemukan kalau makna dari simbol yang disampaikan dapat diinterpretasikan (Rohayati, 2017).

1.2 Self Control dalam Komunikasi Intrapersonal

Teknik yang digunakan dalam mengatasi lepas kontrol terhadap *game online* adalah teknik *self control*. Menurut (Chaplin, 2006) *self control* adalah kemampuan seseorang untuk membimbing tingkahnya sendiri, menekan dan menahan tingkah laku yang impulsif. *Self control* menyangkut seberapa kuat seseorang memegang teguh kepercayaan dan nilai untuk menjadi acuan saat diri bertindak atas suatu keputusan. *Self control* juga diartikan sebagai proses yang melibatkan kebiasaan dan perubahan suasana hati, menolak sebuah godaan, untuk mencapai sebuah tujuan. Proses tersebut melebihi respons normal pada umumnya, belajar melalui perilaku, ide, dan perubahan emosi (Baumeister & Vohs dalam Ismail & Zawahreh, 2017).

Teknik Self Control bila ditinjau dari segi komunikasi, bisa masuk dalam komunikasi intrapersonal di mana terjadinya sebuah pertukaran pesan dengan diri menuju ke dalam pribadinya dan memberi perintah strategis untuk memulai atau menghentikan sesuatu yang berkaitan dengan diri. Perilaku diri terjadi karena proses dalam pikiran yang membentuk kepribadian, lalu membentuk perilaku individu. Komunikasi intrapersonal menjadi landasan diri untuk menjadi pesan pengubah dalam menghadapi situasi yang tidak diinginkan oleh diri, banyak alasan mengapa orang perlu berkomunikasi dengan diri termasuk ekuitas pribadi,

reputasi positif, dan mungkin ketenangan diri yang menjadi pencarian utama (Beryl, 2017).

Manusia memiliki keahlian untuk merefleksikan dirinya sendiri, di mana mampu membuat pemisahan antara dirinya sebagai subjek dan objek. Manusia dianugrahi daya cipta, karsa, dan rasa, dengan daya cipta mereka dibekali daya pikir, imajinasi, dan akal. Daya karsa, membuat manusia memiliki motivasi, dan dorongan kearah yang baik, dan daya rasa membuat manusia memiliki daya gerak akan hatinya untuk mampu menanggapi fenomena dan hal yang terjadi pada hidupnya dengan berbagai emosi. Dengan dianugrahi 3 daya tersebut membuat manusia dapat melakukan dialog imajiner, atau komunikasi dengan dirinya sendiri. Komunikasi inilah yang dinamakan komunikasi Intrapersonal (Hardjana, 2003).

Dengan adanya *self control* dalam komunikasi intrapersonal diharapkan pribadi bisa mengatur dirinya dari faktor-faktor dari yang dapat mempengaruhi tingkah laku pribadi tersebut. Apabila seseorang sudah bisa berkomunikasi dengan dirinya sendiri sudah dikatakan dia berhasil mengenal dirinya sendiri. Mempelejadi diri berarti kita sedang berusaha mengetahui pola kita berasa, berpikir, senang, sedih, dan bagaimana kita mengobservasi, mereaksi respon dari orang lain akan sesuatu hal. Mengetahui diri sendiri diperlukan agar sistem komunikasi intrapersonal bisa menjalankan *self control*.

Penelitian sebelumnya yang berjudul ‘Perilaku Adiksi *Game-online* Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial Remaja Surakarta’ menyatakan bahwa remaja yang memiliki durasi bermain *game online* yang tinggi, memiliki hasil akademis yang tidak baik. Untuk mendapatkan akademik yang baik, dibutuhkan keyakinan diri atas kemampuan akademiknya. Dalam kasus ini seseorang yang kecanduan *game online* tidak memiliki keyakinan atas akademiknya, dikarenakan mengesampingkan akademik dengan *game online* sehingga waktu yang dimiliki terbuang sia-sia (Lee, et al, 2007).

Dalam penelitian lain ‘*Self-Control of Students in Using the Internet*’ (Marjohan, Daharnis & Putri, 2018) di mana penelitian ini melihat *self control* narasumber dalam penggunaan internet. *Self control* yang dilakukan narasumber

dinilai belum maksimal ketika menggunakan internet, karena ditemukan kontrol kognitif yang berada di taraf tinggi, kontrol perilaku dalam taraf sedang, dan kontrol keputusan dalam memakai internet tinggi. Penelitian ini berupaya untuk meningkatkan *self control* pada narasumber dengan memakai pelayanan konseling, adapun layanan yang dapat digunakan berupa, layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, dan layanan penguasaan konten.

Persamaan penelitian ini dengan 2 penelitian yang sebelumnya adalah sama-sama meneliti tentang teknik *self control*, dan menganalisa bagaimana *self control* yang dilakukan oleh narasumber untuk mengontrol dirinya akibat pengaruh variabel-variabel dari dalam maupun luar diri, sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah obyek penelitian.

1.3 Rumusan Masalah

Bersudut pandang dari latar belakang di atas, peneliti berhasil merumuskan masalah untuk dasar penelitian ini. Dasar dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mencari bagaimana *self control* dalam *game online* pada remaja SMA Kota Surakarta? Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan *self control* dalam *game online* yang dilakukan remaja SMA Surakarta rentan usia 15-17 tahun.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode deskriptif kualitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena yang ada, baik secara alami maupun yang sengaja dibuat manusia, berupa aktivitas, karakteristik, maupun perubahan hubungan perbedaan dan kesamaan antara fenomena satu dengan lainnya (Gayatri, 2013). Penelitian deskriptif adalah kegiatan pengumpulan data untuk diuji hipotesis atau menjawab pertanyaan dari status terakhir dari subjek penelitian. Metode deskriptif ini menunjukkan gambaran dan informasi perihal bentuk *self control* dalam *game online* yang dilakukan anak SMA Kota Surakarta.

Sumber data memakai data primer. Data primer adalah data yang berasal dari sumber asli atau yang pertama. Data tidak tersedia dalam bentuk file, melainkan harus dicari terlebih dahulu melalui narasumber yang dijadikan objek

penelitian. Data primer berupa wawancara secara mendalam (*In-depth interview*) dan Observasi Partisipatif. *In-depth interview* adalah mendapatkan keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara penanya dan responden dengan atau tanpa memakai pedoman (*guide*) wawancara, di mana penanya dan responden terlibat dalam kehidupan sosial yang relatif lama (Sutopo, 2006). Observasi partisipan ialah peneliti ikut serta dalam kegiatan narasumber dengan tujuan mengumpulkan data bersama dengan narasumber. Observasi partisipan menurut (Sugiyono, 2011) menjelaskan bahwa peneliti bertugas mengamati dan melakukan kegiatan yang dilakukan oleh narasumber yang berkaitan dengan penelitian, sehingga data yang didapat akan lengkap, akurat.

Teknik Sampling menggunakan *Purposive Sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengumpulan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2015). Dalam penelitian ini yaitu dengan kriteria Remaja SMA kota Surakarta yang kecanduan bermain *game-online* PUBG Mobile, dengan intensitas bermain 6 sampai 9 jam setiap harinya.

Populasi, atau bagian keseluruhan subyek penelitian dalam penelitian ini adalah remaja SMA Kota Surakarta rentan usia 15-17 tahun yang bermain *game* PUBG secara rutin. Sedangkan sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang menjadi subjek penelitian, di mana peneliti memilih untuk mengambil 6 narasumber sesuai dengan kriteria.

Analisis data memakai interaksi (Miles dan Huberman dalam Sugiyono, 2015), meliputi reduksi data yaitu membuat abstraksi data yang didapat dari seluruh catatan lapangan wawancara dengan narasumber beserta pengkajian dokumen. Reduksi data memiliki tujuan untuk menajamkan, mengarahkan, dan memperoleh hal penting, serta membuang informasi yang tidak diperlukan agar data menjadi sistematis dan membuat satu kesimpulan yang baik.

Penyajian data, yaitu membatasi suatu penyajian sebagai kumpulan informasi yang tersusun dan memberikan kemungkinan terhadap pengambilan kesimpulan dalam melakukan tindakan. Proses ini mengungkapkan secara terseluruh dari sekelompok data yang sudah diperoleh agar mudah untuk

diartikan. Teks naratif digunakan dalam penyajian data penelitian kualitatif ini, pengambilan kesimpulan menurut Miles dan Huberman adalah suatu kegiatan dan konfigurasi yang lengkap.

Pengambilan kesimpulan dan verifikasi data yang sudah ditata sedemikian rupa, kemudian dibuat kesimpulan sehingga ditemukannya data kesimpulan umum. Untuk menemukan kesimpulan akhir, maka perlu dilakukan pengujian kesimpulan tentatif atau lebih spesifik.

Validasi data dengan cara membandingkan dengan mengecek ulang derajat kepercayaan informasi yang didapatkan melalui sumber yang tidak sama (Bachri, 2013). Dimana penelitian ini memakai Triangulasi sumber data yaitu menggali kebenaran informasi melalui berbagai cara dan perolehan data, misalnya selain wawancara dan observasi, peneliti bisa menggunakan *participant observation*, dokumen tulis, arsip, foto, maupun gambar. Masing-masing cara akan menghasilkan data yang berbeda sehingga memberikan pandangan yang berbeda mengenai fenomena yang diteliti.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Wawancara Mengenai Intensitas Waktu Bermain Informan

No	Nama	Usia	Tempat tinggal	Intensitas (jam/hari)
1	RA (L)	17 tahun	Kos	5-6 jam
2	DH (L)	17 tahun	Rumah	7-8 jam
3	MA (L)	17 tahun	Kos	7-8 jam
4	FR (L)	17 tahun	Kos	7-8 jam
5	AA (L)	17 tahun	Kos	6-7 jam
6	PT (P)	17 tahun	Rumah	6-7 jam

Sumber: Hasil Wawancara dengan Responden

3.1 Kontrol Diri

Menurut (Chaplin, 2006) *Self control* atau kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk membimbing tingkahnya sendiri. Menekan dan menahan tingkah laku yang impulsif. *Self control* menyangkut seberapa kuat seseorang memegang teguh kepercayaan dan nilai untuk menjadi acuan saat diri bertindak atas suatu keputusan. *Self control* merupakan kesanggupan seseorang untuk menahan nafsu,

keinginan, dan dorongan sesaat untuk menyenangkan diri dan itu bertentangan dengan tingkah laku dan norma sosial di masyarakat.

Averill dalam Harahap (2017), mengungkapkan ada 3 aspek dalam *Self control*, yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decision control*).

Berdasarkan hasil wawancara, dalam penelitian ini terdapat tiga kategori, antara lain: Kontrol kognitif (*cognitive control*) adalah kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menginterpretasi, menilai, atau bahkan menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif untuk mengurangi tekanan. Terdapat dua komponen dalam aspek ini diantaranya: memperoleh informasi (*Information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang di dapat individu perihal keadaan yang tidak mengenakan, individu bisa mengantisipasi keadaan dengan bermacam pertimbangan.

Kontrol keputusan (*decision control*) individu memiliki kemampuan untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pilihan yang individu yakini atau setuju. *Self control* akan berfungsi baik apabila individu mendapatkan kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan untuk memilih berbagai tindakan yang akan diambil.

Seseorang yang memiliki *self control* tinggi akan cenderung lebih sukses dalam pendidikannya. Apabila dibandingkan dengan seseorang dengan kemampuan *self control* rendah, maka seseorang dengan *self control* tinggi bisa dikatakan lebih berhasil dalam menyelesaikan tugas-tugasnya di sekolah (Haghbin, et al., 2013).

Karakter remaja yang masih dalam tahap pencarian jati diri ini bisa menjadi penyebab lebih rentan akan kecanduan *game online*, dimana terdapat ketidakstabilan periode dalam diri mereka yang cenderung membuat mereka terjerumus untuk mencoba hal-hal baru. Masa remaja dekat dengan periode bermasalah yang beresiko menimbulkan perilaku bermasalah, sehingga remaja yang mengalami kecanduan cenderung tidak minat akan kegiatan lain, merasa tidak tenang, dan gelisah karena tidak dapat bermain *game online* (Jordan & Andersen dalam Novrialdy, 2019)

Menurut WHO (*World Health Organization*) (2018), kecanduan pada *game* diartikan sebagai pola perilaku saat bermain baik secara *online* maupun *offline* yang memenuhi kategori sebagai berikut; tidak dapat mengendalikan keinginan untuk bermain, lebih memprioritaskan bermain daripada kegiatan lain, dan tetap bermain saat mengetahui adanya dampak-dampak buruk yang terlihat.

Dari keenam subjek yang diteliti, semua dari mereka mengungkapkan bahwa mereka sering kali mengabaikan kegiatan lainnya untuk bermain *game* walaupun mereka dengan sadar menyadari bahwa hal tersebut memiliki dampak negatif. Dari situ, dapat disimpulkan bahwa subjek termasuk orang-orang yang dikategorikan WHO sebagai pecandu *game*.

Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Karuniasari, 2017) mengenai kecanduan *game online* pada remaja yang ditandai dengan intensitas bermain rata-rata 25 jam/minggu. Sedangkan seluruh subyek yang diteliti rata-rata menghabiskan waktu lebih dari 25 jam/minggu. Menurut para ahli kesehatan anak dari *The American Academy*, waktu ideal bagi anak-anak dalam menonton tv dan bermain *video game* yaitu tidak lebih dari dua jam setiap harinya (Wirawanda dan Setyawan, 2018).

Intensitas dapat diartikan sebuah kebulatan tekad yang dikerahkan untuk usaha tertentu. Menurut Chaplin dalam Kamus Psikologi “Intensitas adalah sifat kuantitas”, intensitas berasal dari kata intens yang maknanya kegiatan atau usaha yang diperbuat untuk menorehkan sebuah prestasi atau hasil yang luar biasa. Intensitas erat kaitanya dengan motivasi yang merupakan awal mula terjadinya intensitas, semakin tinggi motivasi seseorang untuk melakukan suatu keinginan maka intensitas seseorang terhadap keinginan tersebut juga semakin tinggi.

Intensitas bermain *game online* bisa dikatakan sebagai tingkatan seorang *gamer* atau pemain dalam mendalami atau bahkan mulai kecanduan *game online* tersebut. Menurut Chaplin (2004) aspek yang meliputi intensitas bermain *game online* di antaranya, frekuensi, lama waktu, perhatian penuh serta emosional.

Menurut hasil wawancara yang telah dilakukan, latar belakang tempat tinggal para informan juga berpengaruh terhadap intensitas permainan *game online*.

Empat di antara enam informan yang tinggal di kost mengaku bahwa mereka lebih leluasa untuk bermain PUBG. Sementara dua lainnya yang tinggal di rumah tidak bisa dengan bebas bermain lantaran adanya keluarga yang mengingatkan. Namun ada informan yang mengatasi keterbatasan intensitasnya saat bermain di rumah dengan berkunjung ke kost temannya. Selain itu, fasilitas kost yang dilengkapi dengan wi-fi gratis menambah kesempatan bagi mereka untuk terus bermain *game*.

Terdapat kutipan yang menyatakan bahwa kondisi tempat tinggal yang jauh dari pengawasan orangtua atau tinggal di kost-kostan, menjadi pengaruh untuk bermain tanpa menghiraukan adanya teguran dari orangtua secara langsung, dan terkadang seenaknya sendiri dalam menjalani kehidupannya, baik itu menjadi pribadi yang acuh akan waktu, tanggung jawab, dan lebih memilih bermain *game online* (Tridhonanto, 2011).

Walaupun DH tinggal di rumah, namun dirinya tetap menghabiskan waktu bermain PUBG rata-rata sekitar 7-8 jam setiap harinya. DH menyebutkan bahwa dirinya sering bermain PUBG secara diam-diam seperti sembunyi di kamar agar tidak terlihat oleh orang tuanya. Karena apabila orang tua DH mengetahuinya sedang bermain game, maka mereka akan memarahi DH. Orang tua DH ingin agar DH lebih fokus untuk meningkatkan prestasinya di sekolah yang berada pada peringkat bawah. DH bahkan juga akan datang ke kost temannya untuk bermain PUBG.

“Kalau pas di rumah kan aku dikenal nurut dan pendiem. Jadi biasanya aku mainnya diem-diem aja di kamar. Kadang colong-colong waktu pas mau tidur gitu. Trus juga pas di kost temen. Kan kalau di sana ada wi-fi,” ungkap DH.

“Yang menjadi pendorong saya main PUBG ini adalah adanya wifi di rumah, dan banyaknya teman-teman yang sering ngajak mabar, jadi nggak enak kalau menolaknya. Kesannya aku jadi teman yang nggak asik kalau nolak. Dan yang menjadikan faktor penghambat itu, orang tua ngingetin terus-terusan, terkadang diancam akan menyita hp dan minta fokus belajar untuk ujian,” ungkap PT.

Sementara PT lebih banyak menghabiskan waktu bermain PUBG di rumah. intensitas PT bermain *game online* ini rata-rata selama 6-7 jam setiap

harinya. Adanya wifi di rumah membuat PT selalu ingin bermain PUBG. Walaupun begitu, PT tetap tidak bisa leluasa karena orang tua yang selalu mengingatkan. Bahkan orang tuanya mengancam akan menyita ponsel PT jika dirinya ketahuan sering bermain *game*. Orang tua PT tidak ingin PT terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game* daripada melakukan kegiatan bermanfaat lainnya. Peringkat PT di sekolah yang menurun, membuat orang tua PT ingin agar ia lebih serius dalam pendidikannya. Maka dari itu, orang tua PT sering kali mengingatkan bahkan memarahi PT apabila dia terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online*.

Hal yang dialami DH dan PT tersebut senada dengan pernyataan Lee, Chen, & Holim (2007) bahwa anak yang terlalu banyak menghabiskan waktu di depan monitor atau *handphone* akan mengalami performa prestasi yang kurang baik. Hal serupa juga dijelaskan oleh seorang professor psikologi, Douglas A. Gentile dalam penelitiannya di Low State University bahwa terlalu lama bermain *game* bisa menyebabkan konsentrasi belajar menurun.

Tingginya intensitas bermain seorang *gamer* pasti menemui berbagai gangguan dan kekalahan saat bermain. Kegagalan dalam menggapai tujuan saat bermain dalam waktu yang lama dan terulang lagi dan lagi, menimbulkan rasa frustrasi, sehingga *gamer* secara tidak sadar memunculkan perilaku agresif secara verbal maupun non-verbal.

Menurut Patterson et al. (dalam Febrina 2014) menemukan bahwa agresivitas adalah hasil yang berupa peningkatan frekuensi perilaku agresif itu sendiri. Dengan begitu, agresivitas didefinisikan sebagai hal atau keadaan di mana seseorang cenderung melakukan perilaku agresif. Perilaku agresif berkaitan dengan perilaku yang melanggar aturan. Perilaku agresif terdiri atas perilaku fisik atau lisan yang dilakukan seseorang dalam bentuk agresi yang dapat merugikan atau menyakiti seseorang.

Ketika pemain sudah berada cukup lama di arena namun terasa sulit untuk memenangkan permainan, mereka akan cenderung untuk bertindak agresif, mulai dari mengumpat hingga memukul benda sekitarnya karena frustrasi.

Teori Dollard (dalam Basith & Wayan, 2017) menjelaskan frustrasi diakibatkan dari banyaknya percobaan yang tidak berbuah keberhasilan, sehingga memicu perilaku agresif. Teori ini sejalan dengan pernyataan informan FR:

“iya sih mas, sering marah-marah sendiri kalau mati ditengah permainan, apalagi squad musuhnya tinggal dikit, paling parah nendangin kursi, meja, kadang pernah juga mukulin hpnya, kalau yang lainnya paling misuh sih mas, soalnya kecewa sih tinggal sedikit lagi menang, eh malah mati!”

Hal serupa juga diungkapkan oleh MA,

“Aku kadang suka marah-marah sendiri kalau ketemu rekan yang payah mainnya,”

Sementara AA mengatakan,

“Kadang kalau nggak menang gitu gemes banget. Akhirnya ya paling nendang benda-benda sekitar, atau sekadar ngomong kasar. Aku juga jadi ngegas (berbicara dengan nada tinggi, red) kalau kalah trus diajakin ngomong gitu mas,”

Hasil wawancara bersama informan lainnya juga menyatakan hal yang sama. Mereka sering menunjukkan perilaku agresif melalui mengumpat, dan memberi kerusakan ringan terhadap benda disekitar mereka. Perilaku ini muncul ketika mengalami kekalahan dalam bermain *game*.

Perilaku agresif yang dilakukan oleh para pecandu *game online* tersebut timbul akibat kurangnya *self control*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Puspita dan Mulyana (2018), kecanduan *game online* salah satunya disebabkan oleh faktor *lack of control* atau ketidakmampuan dalam mengendalikan diri. Hal tersebut membuat waktu yang dibutuhkan untuk bermain lebih banyak dan menyebabkan dampak buruk bagi kehidupan para pemain.

3.2 Kontrol Kognitif

Kontrol kognitif (*cognitive control*) diartikan oleh Averill sebagai kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menginterpretasi, menilai, atau bahkan menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif untuk mengurangi tekanan. Terdapat dua komponen dalam aspek ini di antaranya: memperoleh informasi (*Information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang didapat individu perihal

keadaan yang tidak mengenakan, individu bisa mengantisipasi keadaan dengan bermacam pertimbangan.

Dari wawancara yang telah dilakukan, peneliti menemukan bahwa kontrol kognitif yang dilakukan oleh subyek hampir sama, yaitu mulai memikirkan kegiatan-kegiatan pengalihan lainnya.

Saat tengah merasa dirinya terlalu lama bermain, RA mengingatkan dirinya bahwa kepentingan sekolah keesokan harinya. Faktor *self control* yang dilakukan RA berasal dari sumber internal yaitu dirinya sendiri. Latar belakang RA yang tinggal di kos membuatnya tidak memiliki kontrol dari keluarganya. Walaupun begitu, RA ingin tetap membatasi bermain PUBG dengan memikirkan kegiatan sekolah seperti ekstrakurikuler ataupun tugas sekolah keesokan harinya.

“Ya itu tadi mas, inget punya tugas sekolah yang harus dikerjain, atau paling nggak nyiapin jadwal buat besoknya, saya takut nilainya jelek, mas. Nanti orang tua marah,” ucap RA.

RA teringat dengan tugas-tugas sekolahnya karena khawatir mendapatkan nilai yang buruk di sekolah sehingga mengecewakan orang tuanya.

Hampir sama dengan RA, MA juga memikirkan kegiatan bermanfaat seperti mempersiapkan kebutuhan sekolah untuk keesokan harinya untuk membatasi diri mereka dari bermain PUBG. MA juga kerap mengingatkan dirinya untuk mengikuti kegiatan keagamaan di masjid untuk mengurangi bermain PUBG.

“Saya pengen ke masjid buat kajian biar nggak sering-sering main PUBG, mas. biar merasa lebih tenang juga,” ucap MA.

Adapun FR merasa menjadi jahat apabila lebih sering menghabiskan waktu dengan bermain PUBG daripada berinteraksi dengan teman-temannya di kehidupan nyata. Hal itulah yang membuat FR mulai memikirkan untuk lebih membatasi dirinya bermain PUBG.

“kadang mikir, kok aku jahat banget ya sama temen-temenku. Masa aku lebih sering main game daripada main sama temen-temen,” jelas FR.

Selain menyebabkan penurunan konsentrasi yang berakibat ke penurunan prestasi di sekolah, terlalu banyak menghabiskan waktu di depan monitor atau *handphone* menyebabkan interaksi dengan lingkungan sosial menurun (Lee, et al,

2007). Hal tersebut dirasakan oleh FR yang lebih sering menghabiskan waktu di depan layar ponsel dengan bermain PUBG daripada berinteraksi secara langsung dengan teman-temannya. Kesadaran itu membuat FR berpikiran untuk melakukan kontrol diri dengan lebih banyak menghabiskan waktu bersama teman-temannya daripada bermain PUBG.

Sementara DH sedikit mengalami kesulitan dalam mengingatkan dirinya dan diakhiri dengan rasa penyesalan.

"Kalau udah malem saya sering ngomong ke diri sendiri 'satu match lagi habis itu tidur. Kan besoknya sekolah. Biar bisa bangun pagi dan nggak ngantuk di kelas,'"

Walaupun sudah melakukan kontrol kognitif dengan menanamkan perintah untuk segera tidur setelah satu permainan, DH masih sering gagal dalam membatasi dirinya dalam bermain PUBG. Apa yang dialami oleh DH, menunjukkan salah satu komponen seseorang kecanduan yang disebut *compulsion* atau dorongan kuat dari dalam diri untuk melakukan suatu kegiatan terus menerus (Lee, 2007).

Sedangkan AA memberikan kontrol kognitif ke dirinya dengan memikirkan dampak negatif dari permainan yang digemarinya tersebut.

"Saya nggak mau lama-lama ketagihan. Pasti nanti akibatnya buruk, temen-temen saya yang keseringan main game jadi jarang ngumpul sama temen-temen lain. Mungkin itu juga yang dirasain temen-temenku. Mungkin mereka merasa aku jadi lebih banyak main game daripada main sama mereka. Abis itu omonganku juga jadi makin kasar kalau pas lagi kalah. Frustasi gitu jadi sering ngomong kotor. Trus kepikiran buat uninstall,"

AA menyadari bahwa bermain PUBG memberikan efek negatif bagi para pemainnya. Hal ini diketahui AA melalui pengalaman teman-temannya yang kecanduan bermain *game*. AA melihat teman-temannya yang kecanduan menjadi lebih sering menghabiskan waktu bersama ponsel pintar mereka daripada berinteraksi dengan teman-teman lainnya secara langsung. Menurut teori belajar sosial yang diungkapkan Bandura (dalam Yanto dan Syaripah, 2017), perilaku seseorang akan terbentuk melalui mencontoh atau meniru perilaku orang-orang yang dilihatnya dalam kehidupan sehari-hari.

Kecanduan *game* merupakan perilaku buruk dan merugikan yang dilakukan secara terus-menerus. Perilaku bermain *game* tersebut juga menjadi sulit untuk diakhiri. Dampak dari kecanduan *game* salah satunya adalah tergantikannya interaksi *face to face* dengan interaksi dunia maya. Hal ini menyebabkan berkurangnya interaksi secara langsung antara pemain dengan lingkungan sekitarnya (Yee dalam Syahrani, 2015).

Untuk itu, AA ingin membatasi dirinya agar tidak kecanduan bermain PUBG. Perkataan kasar yang sering dilontarkan AA ketika tujuannya dalam bermain PUBG tidak tercapai, merupakan efek dari frustrasi sehingga memicu perilaku agresif (Dollard dalam Basith & Wayan, 2017). Perilaku agresif yang dilakukan oleh AA dalam hal ini adalah seringnya berbicara kasar.

Adapun PT, setelah orang tuanya melarang atau mengancamnya, maka dia akan mulai memikirkan kegiatan lain yang harus dilakukan agar bisa menjauh dari ponsel.

“karena takut hpnya disita ya yaudah saya kan nggak mau. Orang tua bawa bawa rangking sekolah yang turun juga. Saya harus mulai mikir gimana caranya biar hpnya nggak disita, ya trus saya kepikiran harus batasin diri main PUBG biar ranking di sekolahnya ningkat,”

Pernyataan dari PT sesuai dengan jurnal penelitian dari Hurlock dan Elizabeth 2000 yang menyatakan, mengisi waktu luang yang ada dengan mencari aktivitas positif lain adalah cara yang tepat untuk mengurangi kehendak pribadinya akan kecanduan. PT mulai memikirkan kegiatan positif lain yang dapat membatasi dirinya dari bermain PUBG agar tidak dimarahi oleh orang tuanya. Dalam hal ini, PT mulai memikirkan untuk meningkatkan belajarnya.

Kesimpulan yang dapat ditarik, keenam subyek sudah menerapkan kontrol kognitif sebagai upaya untuk *self control* alias membatasi diri mereka dari ketergantungan dengan permainan PUBG. Cara-cara yang dilakukan antara lain dengan mengingatkan diri akan tugas-tugas sekolah, manfaat kegiatan keagamaan yang bisa diikuti, hingga memikirkan dampak negatif dari PUBG.

3.3 Kontrol Keputusan

Menurut Averill, kontrol keputusan (*decision control*) yaitu kemampuan yang dimiliki individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pilihan

yang individu yakini atau setuju. *Self control* akan berfungsi baik apabila individu mendapatkan kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan untuk memilih berbagai tindakan yang akan diambil.

“Ya, akhirnya saya berniat untuk menyelesaikan tugas sekolah dulu ketimbang main PUBG. Karena saya merasa itu lebih penting. Kan orang tua saya yang bayarin saya sekolah mas. Nggak tega aja kalau nantinya nilai saya jelek banget gara-gara PUBG,” papar RA.

Setelah mempertimbangkan antara tugas sekolah dengan bermain PUBG, RA berniat mengurangi keinginannya untuk bermain *game* dengan menyelesaikan tugas sekolah.

DH mengungkapkan, *“Pas liat jam itu ternyata sudah malam, saat itu saya masih dalam kondisi megang hp mas, dan akhirnya saya niat untuk melakukan satu match lagi pokoknya sebelum tidur, itung-itung genapin jam malam,”*

Kontrol keputusan yang diambil oleh DH yaitu berencana untuk memainkan 1 pertandingan lagi sebelum beranjak tidur.

“Saya sadar sih mas, kalau main game lama-lama itu gak bagus, bahkan saya pernah gara-gara main game PUBG sampai lupa sholat wajib, setelah itu saya menyesal mas dan pokoknya harus ikut kajian keagamaan agar saya ndak main game terus dan lupa sholat,” ucap MA.

MA melakukan kontrol keputusan dengan berencana untuk mengikuti kajian keagamaan agar mengalihkan keinginannya bermain PUBG.

“Kalau aku udah tak niatkan buat lebih banyak main sama temen-temen daripada main PUBG. Aku nggak mau kehilangan temen-temenku cuma gara-gara PUBG,” ungkap FR.

Kontrol keputusan yang diambil oleh FR yaitu ingin lebih banyak menghabiskan waktu untuk bersosial dengan teman-temannya tanpa bermain *game online*.

AA mengucapkan, *“Ya itu tadi mas, kaya yang saya bilang, saya akan uninstall PUBG biar nggak keterusan main,”*

AA memutuskan akan meng-*uninstall* aplikasi PUBG, agar tidak terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain PUBG.

“Ya gimana mas, terpaksa deh, coba jauhin diri dari PUBG dulu untuk sementara, daripada, daripada dimarahin terus sama orang tua ,” kata PT.

Kontrol keputusan yang dilakukan PT adalah berencana untuk menunda bermain PUBG agar tidak dimarahi orang tuanya saat berada di rumah.

Hasil wawancara mengungkapkan bahwa keenam subyek telah mengambil keputusan dari upaya *self control* yang telah mereka pikirkan. Mereka melakukan kontrol keputusan dengan cara menyetujui tindakan-tindakan yang telah mereka pikirkan sebelumnya, yaitu berencana untuk mengalihkan perhatian ke kegiatan yang berkaitan dengan sekolah, bermain dengan teman lain yang tidak membahas PUBG, meng-*uninstall* PUBG, hingga pergi ke masjid untuk menghadiri kegiatan keagamaan. Menurut mereka, hal tersebut lebih bermanfaat agar tidak ketergantungan dengan permainan PUBG.

3.4 Kontrol Perilaku

Averill mengungkapkan bahwa kontrol perilaku (*behavioral control*) adalah kesiapan respon yang dapat secara langsung membentuk atau mempengaruhi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kontrol perilaku memiliki dua komponen yaitu kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiably*), yaitu kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak diinginkan akan dihadapi. Selain itu juga mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) di mana kemampuan individu dalam menentukan siapa yang mengontrol situasi maupun keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu di luar dirinya.

Individu yang memiliki *self control* yang baik akan bisa mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya (percaya akan dirinya), dan jika kontrolnya tidak mampu, individu akan memakai sumber eksternal.

Kontrol perilaku yang dilakukan RA, DH, MA, dan FR hampir sama, yaitu mengalihkan dengan kegiatan-kegiatan sekolah dan kegiatan yang bermanfaat lainnya.

RA mengungkapkan,

“Saya nggak begitu paham kontrol diri itu apa sih. Cuma saya biasanya berhenti kalo kepikiran tugas-tugas sekolah”

Kontrol perilaku yang dilakukan RA adalah mengalihkan dengan menyelesaikan tugas-tugas sekolahnya. Ketidakinginan untuk mengecewakan orang tua menjadi pendorong RA untuk melakukan *self control*.

DH mengungkapkan,

“Pas saya udah niat menyelesaikan 1 match saya janji dengan diri saya akan tidur, walaupun ada niat untuk main lagi, tapi akhirnya saya memilih untuk tidur saja”

Kontrol perilaku yang DH lakukan adalah membatasi waktu bermain yang dia sepakati dengan dirinya sendiri, dan memilih tidak melanjutkan bermain game hingga larut.

MA mengungkapkan,

“Pas itu saya bener-bener niatin mas buat ikut kajian keagamaan sama temen-temen yang biasa ikut pengajian, dah pokoknya biar niat main PUBG itu gak muncul, nah gak tahu kebetulan atau gimana, tema kajiannya itu seputar “Waktu” yang mungkin saya nangkepnya saya pas main game itu bener-bener membuang waktu yang banyak, dari situ sih mas saya bisa agak meredam niat main game saya, apalagi teman-teman kajian saya juga sering ngingetin dan kasih dukungan untuk gak main PUBG terus-terusan.”

Kontrol perilaku yang MA lakukan adalah mengikuti kajian dan melakukan kontak sosial untuk mengurangi aktivitas bermain PUBG yang sering MA lakukan sebelumnya.

FR mengungkapkan,

“Pokoknya saya lebih mentingin hubungan pertemanan nyata mas, misalnya temen-temen sekolah atau genk saya ngajak nongkrong, saya pasti prioritaskan, dan tidak memainkan PUBG saat nongkrong dengan teman-teman saya.”

Kontrol perilaku yang FR lakukan untuk mengurangi waktu bermain PUBG nya adalah dengan bersosial dengan teman-teman sekolah dan teman ‘genk’ nya. Hal ini dilakukan FR untuk mencegah dirinya terlalu larut dalam PUBG, yang memungkinkan bisa kehilangan lingkungan pertemanannya.

Apa yang diutarakan oleh RA, FR, DH, dan MA, sejalan dengan pernyataan dari Young (dalam Syahrani, 2015) dimana beberapa penanganan yang perlu dilakukan untuk menghilangkan kecanduan, atau bermain *game online*

secara berlebihan, yaitu mengurangi waktu untuk memainkan game, disiplin membagi waktu antara bermain game dan melaksanakan kewajiban, dan berkumpul dengan seseorang yang bisa memberikan dukungan moril, serta tindakan untuk tidak bermain *game online*.

Sementara kontrol diri yang dilakukan AA adalah mencoba *uninstall* permainan PUBG dari ponsel pintarnya. “*Untuk batesin diri aku uninstall PUBG dari hp mas. Tapi kalo nggak kuat kadang jadi install lagi,*” ungkap AA.

Bentuk kontrol perilaku yang dilakukan AA yaitu meng-*uninstall* PUBG agar tidak kecanduan. Hal ini berhasil dilakukan oleh AA pada awalnya. Namun, AA mengaku tidak lama setelah itu dia kembali meng-*install* PUBG karena tidak tahan untuk kembali bermain PUBG.

Sedangkan satu-satunya perempuan di antara para subyek, kontrol perilaku PT adalah tidak bermain PUBG saat sedang bersama keluarganya. Hal ini dilakukan PT karena tidak ingin membuat orang tuanya marah. Seperti yang sudah diungkapkan sebelumnya, orang tua PT ingin agar dia fokus memperbaiki prestasinya yang menurun di sekolah. Namun terkadang PT masih mencuri-curi waktu untuk bermain PUBG, yaitu saat dia berada di kamar atau orang tuanya tidak di rumah.

“Aku menghindari main PUBG kalau lagi di rumah ada orang tua mas. Orang tua suka kasih tau buat belajar. Dimarahin kalau main hp terus, apalagi kalau main game. Kalau mereka kesel ngancem juga buat nyita hp. Tapi ya itu mas, aku masih suka colong-colong waktu main PUBG pas di kamar atau mereka (orang tua) nggak lagi di rumah,” jelas PT.

Ungkapan AA dan PT di atas yang masih belum bisa membatasi diri mereka dalam bermain *game* disebabkan oleh faktor *lack of control*. Menurut Puspita dan Mulyana (2018), *lack of control* atau ketidakmampuan untuk mengendalikan diri tersebut menyebabkan pemain membutuhkan waktu yang lebih banyak untuk bermain. Seseorang akan berkeinginan dan bertindak untuk menghabiskan waktu yang banyak dengan bermain game-nya, serta memberikan penolakan untuk melakukan aktivitas lain (Young dalam Syahrani, 2015).

Gagalnya kontrol diri yang dilakukan oleh AA terjadi karena kurangnya dukungan dari keluarga. Tempat tinggal AA yang jauh dari rumah, yaitu di kost

membuat AA jauh dari pengawasan orang tuanya. Remaja yang gagal melakukan *self control* dalam penggunaan internet salah satunya disebabkan karena kurangnya dukungan dari keluarga (Harahap, 2017).

Dari wawancara dengan para subyek dapat ditarik kesimpulan bahwa masing-masing mereka memiliki keinginan untuk membatasi diri dari ketergantungan bermain PUBG. Upaya kontrol diri yang mereka lakukan berasal dari sumber internal maupun eksternal. Sumber internal berasal dari masing-masing diri mereka. Dorongan dari luar, yaitu keluarga juga turut mendorong mereka untuk melakukan *self control*.

Kontrol perilaku yang mereka lakukan adalah dengan melakukan kegiatan-kegiatan lain seperti memikirkan tugas sekolah, pergi ke kegiatan keagamaan, mencoba *uninstall* permainan, hingga memilih bermain dengan teman-teman yang tidak membahas *game*. Mereka melakukan pengalihan-pengalihan tersebut karena adanya tekanan dari keluarga yang memantau mereka dengan cara menanyakan kegiatan mereka di sekolah. Orang tua mereka beranggapan bahwa *game* memiliki pengaruh buruk terhadap prestasi anak-anaknya di sekolah. Lee, et al tahun 2007 memaparkan bahwa *game* membuat anak akan mengalami performa akademik yang tidak baik karena anak akan menghabiskan waktunya didepan layar ponsel untuk memainkan *game* dan enggan belajar sehingga membuat prestasi turun.

Dengan kata lain, kontrol perilaku yang dilakukan oleh para subjek menurut teori Averill berasal dari sumber eksternal, yaitu keluarga. Adanya tekanan dari keluarga masing-masing subjek yang sering kali menanyai mengenai prestasi dan perkembangan mereka di sekolah mau tidak mau membuat para subjek untuk mengalihkan kegiatan bermain *game* mereka pada kegiatan yang lebih bermanfaat. Pertimbangan-pertimbangan yang dilakukan oleh para subjek sebelum bertindak (untuk tetap melanjutkan bermain *game*) disebut sebagai pengendalian tingkah laku untuk mengontrol diri (Mulyana & Puspita, 2018).

Sementara AA yang gagal melakukan kontrol diri, disebabkan karena kurangnya dukungan, serta perhatian dari keluarga. Remaja yang tidak berhasil menjalankan *self control* salah satunya dikarenakan minimnya perhatian dari teman, kerabat, dan keluarga (Harahap, 2017).

Disamping dampak buruk yang muncul karena kecanduan game, peneliti mendapatkan data, 6 responden tersebut mengatakan bahwa adapun dampak positif yang bisa mereka dapat setelah sering bermain game diantaranya, dapat melatih seseorang semakin mengenal dunia teknologi beserta fitur-fitur terbarunya, game juga memberikan pelatihan secara tidak sadar untuk memahami sebuah arahan yang rumit, melatih perkembangan motorik lanjutan, dimana semakin tangkas seseorang bermain game maka sistem motoriknya ikut berkembang sesuai dengan gerakan yang dilibatkan saat bermain, menambah kosa-kata bahasa asing maupun lokal karena dalam game mereka bisa berjumpa dengan banyak orang dengan latar belakang yang berbeda, dan game menggambarkan simulasi multimedia interaktif yang digunakan untuk mensimulasikan beberapa kejadian dunia nyata, seperti nilai kehidupan, kompetisi, dan persaingan (Henry, 2013).

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan yang sudah dilaksanakan peneliti, bisa mendapatkan kesimpulan bahwa *self control* yang dilakukan responden remaja SMA kota Surakarta, dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dimaksud adalah dari dalam diri, sementara faktor eksternal berasal dari lingkungan luar, seperti teman dan keluarga (Averill dalam Harahap, 2017). Pribadi seseorang memiliki peran utama untuk melakukan *self control*. Pribadi seseorang sangat terpengaruh dengan kondisi lingkungan yang ia masuki dalam bergaul, maka diperlukannya pembatasan diri atas pengaruh-pengaruh yang dinilai kurang bermanfaat. faktor eksternalnya adalah peran orang tua perlu memberikan perhatian dalam mengawasi kebiasaan anak sehari-harinya, terutama saat mereka bergaul, dan memainkan ponselnya untuk PUBG.

Self control yang dilakukan oleh para subyek adalah mengalihkan dengan mempersiapkan keperluan sekolah, mengalihkan dengan bersosialisasi dengan teman-teman, hingga mengikuti kegiatan keagamaan di masjid. Remaja yang

disebut memiliki *self control* yang baik, di antaranya ketika bisa mengendalikan perilaku untuk menunda kepuasan pribadinya agar mencapai sebuah hal yang lebih bermanfaat, punya pertimbangan yang objektif, dan bisa memberikan nilai secara subjektif, dengan itu seorang remaja yang memiliki kontrol diri yang baik, tidak mudah untuk merasa kecanduan terutama pada *game online* (Puspita dan Mulyana, 2018).

Ada pula subyek yang melakukan *self control* dengan cara meng-*uninstall* PUBG dari ponselnya dan tidak memainkan PUBG saat tengah berada di rumah atau sedang bersama keluarganya. Namun dia tidak berhasil melakukan *self control* karena kembali meng-*install* PUBG. Satu subyek lainnya juga masih bermain *game* saat tidak bersama orang tuanya, dia akan memanfaatkan waktu itu untuk bermain PUBG, gagalnya kontrol diri yang dilakukan subjek tersebut karena adanya unsur keterpaksaan yang berasal dari orang tuanya, hal tersebut membuat dia merasakan jenuh dan stres. Kejenuhan ialah kondisi seseorang ketika merasakan bosan dan lelah sehingga menimbulkan rasa tidak mau, tidak adanya gairah untuk melakukan aktivitas yang diperintahkan seseorang.

4.2 Saran

Adapun saran yang ingin peneliti paparkan dimana adanya kekurangan dari penelitian ini adalah hanya berfokus pada bentuk kontrol diri yang dilakukan para subjek penelitian. Maka dari itu, peneliti berharap penelitian selanjutnya dapat menambahkan pengaruh keterlibatan komunitas dalam pembahasan kontrol diri. Selain itu, penelitian selanjutnya bisa memakai metode penelitian kuantitatif untuk mendapatkan penelitian yang lebih rinci.

PERSANTUNAN

Terimakasih kepada Allah SWT yang selalu memberikan kenikmatan, dan persoalan untuk melatih diri saya menjadi diri saya yang saat ini bisa menyelesaikan skripsi saya, terimakasih kepada kedua orang tua, paman dan bibi saya, serta saudara-saudari saya yang sabar dan memberikan motivasi saya, tak lupa berterimakasih kepada Bapak Yudha Wirawanda selaku dosen pembimbing saya yang dengan sabar membimbing penulisan skripsi ini. Terimakasih kepada

sahabat, dan teman-teman saya, seperti Perumpunan Himakom UMS, IMM Adam Malik, serta rekan-rekan ku YouthCorp dan Gerkampro yang tak bisa saya sebutkan namanya satu persatu. Tak lupa rekan-rekan spesial saya Hasan Achmad yang memberikan semangat dan motivasi luar biasa hingga membuat saya bergerak menyelesaikan persoalan-persoalan hidup ini, dan bukan malah melarikan diri. Terimakasih juga rekan-rekan pejuang akhir, yang saling memberikan dukungan dan semangat seperti Mas Sani, Mas Joko, Yonas, dan Mas Yoga, kita pasti akan jadi orang besar.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

- Al. Tridhonanto & Beranda Agency. (2011). *Optimalkan Potensi Anak dengan Game*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo.
- Agus M. Hardjana. 2003. *Komunikasi Intrapersonal dan Interpersonal*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius
- Chaplin J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi* (terjemahan Kartono, K). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Hurlock, Elizabeth B. (2000). "Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentan Kehidupan". Edisi kelima. Jakarta : Erlangga.
- Wirawanda, Yudha. Setyawan, Sidiq. 2018. *Literasi Game untuk Remaja dan Dewasa*. Surakarta: Lembayung Embun Candikala.
- Samuel H. (2013). *Cerdas dengan Game*. Jakarta : PT Gramedia Pusaka Utama.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Sutopo. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Surakarta: UNS Press.
- Yessy, Nur Endah Sary. 2015. *Buku Ajar Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta:Parama Publishing.

Jurnal

- Anggarani, F. K.. (2015). Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern. *Jurnal Buletin Psikologi*. Vol. 23.
- Bachri, Bachtiar. (2013) "Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif". Universitas Negeri Surabaya.

- Bandura, A. (2002). Selective Moral Disengagement in The Exercise of Moral Agency. *Journal of Moral Education*, 101-119.
- Baron, R. A., Bryne, D. 2004. *Psikologi Sosial Jilid 1* (Terjemahan dari Social Psychology 10th edition). Jakarta : Erlangga.
- Chou, C., Codron, L., & Belland, J. C., 2005. A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*. Vol. 17 No. 4. P:363-387.
- Ehondor, Beryl. (2017). Intrapersonal Communication as a Foundation for Personal Branding.
- Faturochman. 2002. *Keadilan Perspektif Psikologi*. Yogyakarta: Unit Penerbit Fakultas Psikologi UGM
- Gayatri, Winny. (2013). 'Penentuan Harga Jual Produk Dengan Metode Cost Plus Pricing Pada PT. Pertani (Persero) Cabang Sulawesi Utara'. *Jurnal EMBA*: 1(04): 1817-1823
- Grooten, Jan. & Kowert, Rachel. (2015). Going Beyond the Game: Development of Gamer Identities Within Societal Discourse and Virtual Spaces. *Journal of the Canadian Game Studies Association*. Vol. 9 No. 14.
- Hagbhin, Maryam et al.. (2013). A Brief Report On The Relationship Between Self-Control, Video Game Addiction And Academic Achievement In Normal And ADHD Students. *Journal of Behavioral Addictions*. Vol. 2 No. 4.
- Hartmann, T. (2017). *The Moral Disengagement in Violent Videogames Model*.
- Harahap, J. Y.. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *Jurnal Bimbingan Konseling*. Vol 3.
- Ismail, A. B.. Zawahreh, Najeh. (2017). Self-control and its Relationship with the Internet Addiction among a Sample of Najran University Students. *Journal of Education and Human Development*. Vol. 6 No. 2.
- Iqbal, M.F. (2018). Penarikan Diri Dalam *Game Online* (Studi Deskriptif Kualitatif Withdrawal Gamer Mobile Legends Mahasiswa Ilmu Komunikasi UMS 2014). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kirana, Fadjri. (2015) *Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern*: Fakultas Psikologi. Universitas Gadjah Mada.
- Kurniawan, D. E.. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain *Game Online* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*. Vol. 3.

- Kuss, D. J. (2013). *“Internet Gaming Addiction: Current Perspectives. Psychology Research and Behavior Management*, 6, 125-137.
- Lee, Ichia., Chen, Yi-Yu., & Holin, Lin. 2007. Leaving a Never-Ending Game : Quitting MMORPGs and Online Gaming Addiction. Department of Sociology of National Chengchi University, Taiwan. *Digital Games Research Assosiation (DiGRA) Conference*. P:211.
- Marjonah, Daharnis, dan Putri. (2018). *‘Self-Control of Students in Using the Internet’*. Universitas Negeri Padang.
- Matthew B. Milles dan A. Michael Huberman. *Analisis Data Kualitatif*. terj.Tjejep Rohendi Rohidi. (Jakarta: UI-Press, 1992) h.19-19.
- Mazdalifah. (2004). *Komunikasi Intrapersonal Ditinjau dari Sudut Pandang Psikologi Komunikasi*. Fakultas Komunikasi. USU
- Momoh, I. E. (2015). *A Survey of Communication Theories*. Lagos: Rhime Nigeria Limited.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan *Game online* pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya ”*Online Game Addiction in Adolescents: Impacts and its Preventions*”. *Bul Psikologi*. Universitas Gajah Mada. Vol. 27, No. 2, 148 – 158.
- Pradipta,C Pratiwi., Tri, Andayani., Nugraha, A, K . 2012. Perilaku Adiksi Game-online Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja di Surakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*. Fakultas Kedokteran. UNS. Vol 1, No 2.
- Prasetyo, Hendri. (2010). *“Cyber Community, Cyber Cultures : Arsitektur Sosial Baru Masyarakat Modern”*. Fakultas Komunikasi. Universitas Prof. Dr. Moestopo. Jakarta
- Puspita, S.T.A., & Mulyana O.P.. (2018). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan *Game Online* pada Remaja Akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan*. Vol 05. No. 01
- Rohayati. (2017). *Budaya Komunikasi Masyarakat Maya (CYBER): Suatu Proses Interaksi Simbolik*. Fakultas Dakwah dan Komunikasi. UIN Suska Riau.
- Syahrar, Ridwan. (2015). Ketergantungan *Online Game* dan Penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*. Vol. 1N
- Taylor, T.L. (2003). Multiple Pleasures: Women and Online Gaming. *Convergence: The International Journal of Research into New Media Technologies* 9, 21-46.
- Thurlow, Crispin. Lengel, Laura. Tomic, Alice. 2004. *Computer Mediated Communication Social Interaction and The Internet*. London, SAGE Publication.

Yanto, Murni. Syaripah. (2017). Penerapan Teori Sosial dalam Menumbuhkan Akhlak Anak Kelas I Madrasah Ibtidaiyah Negeri 1 Rejang Lebong. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*. Vol. 4 No. 2.

Yee, N. (2007). The Psychology of Massively Multi-User Online Role-Playing Games: Motivations, Emotional Investment, Relationships and Problematic Usage. In R. Schroder, & A.S. Axelsson (Eds.), *Avatars at Work and Play: Collaboration and Interactions in Shared Virtual Environments*. London: Springer-Verlag.

Winn, B.M dan Fisher, J.W. (2004). Design of Communication, Competition, and Collaboration in Online Games. *Computer Game Technology Conference*. Toronto, Canada.

Internet

https://inet.detik.com/cyberlife/d-4076054/pubg-tembus-400-juta-pemain?_ga=2.113009668.1666779629.1537855703-8725653.1537855703 terakhir diakses 22 Maret 2019

<https://inet.detik.com/games-features/d-3927795/pubg-mobile-pesaing-berat-game-battle-royale-mobile> terakhir diakses 22 Maret 2019

<https://lifestyle.kompas.com/read/2017/08/01/113039520/hysterical-parenting> terakhir diakses 15 April 2019

<https://pubgmobile.giztech.id/urutan-rank-pubg-mobile/> terakhir diakses pada 2 Desember 2019

<http://indonesiabaik.id/infografis/kecanduan-game-online-penyakit-gangguan-mental> terakhir diakses pada 17 Desember 2019